

A vibrant watercolor illustration of various flowers in shades of yellow, purple, red, and green, set against a light purple and blue background. The style is soft and artistic, with visible brushstrokes and blended colors.

# CHEERFUL PLACE

Newsletter

悅 · 讀

10-12/2020

CHEERFUL PLACE  
欣悅坊  
地區支援中心 (觀塘東)

# 中心簡介

基督教家庭服務中心欣悅坊－地區支援中心（觀塘東）致力為殘疾人士（除精神康復者外）提供一站式社區支援服務，藉此強化他們的社區生活能力及對其照顧者作出支援。

## 服務區域：

觀塘東（翠屏邨、寶達邨、秀茂坪、藍田、油塘、鯉魚門及安達邨等）。

## 服務對象：

6歲或以上的殘疾人士、其家屬或照顧者，以及公眾人士。

### 個案管理服務

為會員及照顧者提供個案管理服務，包括：評估需要、制訂計劃、輔導及轉介。

### 臨床心理輔導服務

為自閉症或有挑戰性行為的會員，提供諮詢、輔導及治療服務，並為會員及照顧者提供講座小組及家庭教育。

### 專職治療服務

為 15 歲或以上居住在社區的會員，按個人需要於中心進行物理治療或職業治療，並提供家居及工作環境改裝服務，以減少環境造成的障礙，提高獨立能力。

服務費用：免費（於中心進行治療）+ \$52（每次上門治療）

### 托護服務

為會員提供陪診接送或家中看顧服務。

服務費用：每小時\$33.00

### 托管服務

為會員提供中心托管，小組活動及消閒活動。

服務費用：每小時\$5（午膳費用另議）

備註：本區會員可於每月21日申請服務，而非本區會員則可在每月23日申請。

### 嚴重殘疾人士日間照顧服務

為 15 歲或以上嚴重智障 / 肢體傷殘會員，提供日間個人照顧護理、訓練項目、專職治療及休閒興趣活動。

服務費用：每日 \$61 或每月 \$1002（兩者收費包午膳），車費每程 \$10.00

服務名額：每天 5 名



# 經理的話

蔡俊軒 經理

大家好，我是6月份新到職的地區支援中心服務經理蔡俊軒，很高興能夠加入欣悅坊這個大家庭，為各位會員以及照顧者服務。雖然於疫情下很多小組和活動都需要暫停，但仍然希望在不久的將來有機會認識你們每一位。特別提提大家，疫情下請緊記注意個人衛生，時刻保持雙手清潔，外出時記緊帶上口罩。

不知道大家在閱讀新一期的季刊時有沒有發現一些不同之處呢？這次編輯團隊特意將新一期的季刊作重新設計，並且加入更多新元素，希望可以滿足不同讀者的興趣，在苦悶的抗疫路上帶來一點趣味。

未來，地區支援中心將會在活動舉辦上有更多新嘗試，希望透過創新內容、彈性時間以及靈活形式鼓勵大家報名參加，大家記緊密切留意我們在下半年的活動預告！



# 新同工介紹



黃婉怡 社會工作員

大家好！我係新入職社工同事黃婉怡 CANDY！去旅行同飲飲食係我既興趣，期待快啲見到大家互相認識！

大家好，各位可以叫我JOYCE或者希姑娘！好開心加入欣悅坊這個大家庭，好期待認識各位會員同家屬！大家見到我的話，記得同我打聲招呼啊！



朱朗希 社會工作員

大家好！我是6月到職的中心助理VIKKI，好高興認識大家，我很喜歡做一些好玩及多元化的活動及工作，在未來的日子多多賜教，謝謝！



陳慧儀 中心助理

HELLO 各位好：我係欣悅坊新到職嘅中心司機，各位可以叫我阿榮，請各位多多指教。



馮錦榮 司機

專題：

# 疫常生活

2019年，一個高傳染力的病毒靜悄悄地傳入香港這片福地。面對每天上升的確診數字，疫癘離我們不遠，多少令我們感到恐懼和擔心。在疫情下，香港人的生活面臨巨大轉變，我們每天佩戴口罩生活、加強家居清潔、建立使用搓手液和洗手習慣、保持社交距離、減少聚餐等，還有香港曾經出現多次廁紙、口罩、白米的搶購潮。

雖然疫情讓人與人的社交距離拉遠，但卻讓彼此的心靈距離拉近。

縱然環境轉變，香港人憑著獅子山精神，不少善長人翁慷慨捐贈口罩、酒精搓手液及健康小食等，為社會大眾打打氣。還有，我們增加了與家人相處的時間，一起分享不同烹飪技巧，也大大提升衛生意識。

疫情不是生活中的唯一，我們就積極學習與疫情共處，不再成為我們生命中的唯一。我們不知道病毒何時會消失，不如積極學會與它共處。



# 心靈雞湯

劉可欣 臨床心理學家



“問：姑娘，我真係好擔心呀，日日都咁多人感染，日日都創新高，我真係好驚，我係咪有精神病呀？”



“答：在嚴峻既疫情下，你感到擔憂、焦慮、甚至驚慌無助，這些情緒都是人之常情，不過如果呢個情緒開始影響你既食慾、睡眠質素或者其他日常生活，就需要正視或者搵專業人士幫忙喇。”



“問：姑娘，我個仔有自閉症既，其實都好少同佢出街架喇；不過你知喇，一個星期去買下餸都要帶埋佢架嘛。不過佢又唔肯戴口罩，出到街就係咁俾人望住晒，心理壓力好大呀！”



“答：明白自閉症人士會因為固執或感統問題而拒絕佩戴口罩，但係唔知疫情會持續幾耐，唔出街只係治標唔治本，所以為安全起見，家長可以循序漸進係屋企訓練佢戴口罩。”

家長係屋企可以向自閉症人士展示自己戴上口罩的情況，然後鼓勵佢嘗試，亦可以用計時器協助，當佢可以戴上口罩1秒 或計時器響起，佢就可以除低口罩，並且即時有獎勵。當佢可以戴上1秒後，家長可以循序漸進，逐步延長時間，例如：5秒，10秒，15秒，30秒等，慢慢增至15-20分鐘，讓自閉症人士可以慢慢適應佩戴口罩。咁樣唔單止可以減輕家長既心理壓力，同時亦令到自閉症人士係疫情下有更好既保護。”



一齊來  
Clean! 洗手 Clean!  
Clean!



# 心靈雞湯



“問：唉，睇住D確診數日日咁升，你都咪話唔驚呀！平時都話可以落街行下抖下氣，而家剩係困係屋企，真係唔病都鬱到病呀。”



“答：確實日日困係屋企，好易會引致情緒低落，不過其實係屋企都可以做D野幫自己減下壓既。

首先，避免花過多既時間留意疫情既資訊，以免因為過多既資訊而引起恐慌，令自己做出一D非理性既行為。另外，保持健康既生活習慣，有均衡既飲食、確保有充足既睡眠和運動都係非常重要既。

有營養學家指出，攝取複合性碳水化合物 (例如薯仔、燕麥、蕃薯)、Omega-3 (例如：三文魚、合桃、亞麻籽、奇亞籽)、含益生菌食物 (例如：乳酪) 同有鈣質及鎂質 (例如：杏仁、菠菜、牛奶、硬豆腐) 既食物，都可以調節緊張不安既情緒。

雖然而家冇得出街做運動，不過係屋企都可以做一D讓身體感覺舒適既活動，例如做下伸展運動，拉下筋，或者做下靜觀，幫助自己保持穩定既情緒。另外，家長平時可能都會約下朋友飲茶傾計，而家雖然冇得飲茶，但仍然可以透過電話或其他社交媒體同親朋好友保持聯絡互相支援及分享感受。

係呢個非常時期，照顧自己身體既同時，亦要照顧自己心理上既需要呀~”



## Mask! 戴好口罩 Mask!



# 抒情寫意

劉慧 高級復康工作員

徐朗昕 活動及營運助理

留在家中的時間長了，不妨跟同事一起動手製作小手工。



燦爛紙巾花



神奇圈圈



紙蝴蝶



另外，網上有不少免費資源，可以讓你安在家中，填填色，舒舒壓。



Crayola



Owensboro Health



Montgomery





# 食得滋味

劉亮宜 社會工作員



## 材料：

青蔥 200G  
中筋麵粉 500G  
熱水(至少90度) 200G  
冷水 80G至100G  
中筋麵粉(灑粉用)  
油(煎餅用)

## 油酥：

中筋麵粉 2大匙  
豬油或固體菜油4大匙  
鹽巴 1大匙  
砂糖 1/2小匙  
白胡椒粉 適量  
白芝麻粒 適量  
五香粉 適量

## 做法：

- 1 將青蔥洗淨，清除頭尾部份，放置一旁，徹底吹乾。將蔥切成粒狀，備用。
- 2 將所有油酥材料混合成為泥狀，備用。
- 3 將中筋麵粉倒入大碗內，以澆水方式將滾水倒入，立即用筷子攪拌成鬆散狀。見到麵粉吸收了熱水，然後以澆水方式加入60G冷水，餘下的水留作調較麵團用。如果覺得麵團太乾，可以按情況加水。
- 4 用手將麵粉搓成一團，麵團會比較濕。最後麵粉搓成團狀便可。將麵團放入一個塗了油的膠袋內，放置一小時，讓麵團完全鬆弛，之後幹麵會比較容易延伸。
- 5 檯上灑一些中筋麵粉(防黏檯)，將麵團分成6份。每個小麵團放上輕按扁，灑一些中筋麵粉(防黏麵粉棍)。用麵粉棍將麵團幹至2MM，將油酥塗在麵團上好像塗麵色，鋪上適量青蔥，並將蔥包在麵皮捲起來，成為瑞士卷狀。
- 6 將瑞士卷狀麵皮，再捲成圓形螺旋狀，用麵粉棍將麵團幹扁成為蔥油餅。平底鑊加油，將蔥油餅煎成兩面香脆。

## 小心得：

1. 防黏用的麵粉不能灑太多，因麵團沾上太多乾麵粉會令表面有硬粒。
2. 麵團不能鋪太多蔥，因會在捲起時弄破油酥麵皮。
3. 坊間有不少的蔥油餅做法，其中加入油酥的方法，令到蔥油餅層次分明，更加酥脆。
4. 生的蔥油餅可以每塊用保鮮紙隔開，疊在一起，用食物袋裝好，放在冰箱冷藏，想吃時拿出來煎便可以。

# 關愛大世界

何穎思 高級復康工作員



## 無障礙樂園

美國：

摩根奇境和摩根歡樂島都是為殘障人士營造包容性氛圍，提供一個安全、清潔和美麗的環境。讓不同年齡、不同需要的使用者在沒有物理和經濟的條件下，都可以享受樂園設施。



資料來源：

摩根奇境  
MORGAN'S WONDERLAND



摩根歡樂島  
MORGAN'S INSPIRATION ISLAND



手語圖案圍裙



引入透明口罩和語音輸入來接受訂單

引進數字標牌來學習手語，顯示產品的收貨編號



## 無障礙餐廳

日本：

STARBUCKS最近於東京的聽障人士學校鄰近地區，開設全球第5間提供手語服務的分店，聘請聽障員工。星巴克建立了「挑戰夥伴支持計劃」，以支持因殘疾而需要某種支持的伙伴，並於2002年開始運營。目前，星巴克擁有350多個富有挑戰性的合作夥伴（殘障人士），其中大部分在商店工作。

資料來源：



# 區區食買玩沙頭角

陸嘉善 高級復康工作員

沙頭角是位於香港新界北區和深圳鹽田區邊界上的地方，橫跨兩地，當中河尾一段成為中英街。沙頭角大致可以分為十個約，香港的沙頭角部份，包括：中英街、沙頭角村、週田村、山咀村、擔水坑村等。



## 食

### 沙頭角鎔記

沙頭角担水坑村

**招牌菜：**洛神花茶、真菠蘿鳳梨酥、番薯紅豆砵仔糕

**交通資訊：**九巴78K上：上水/粉嶺鐵路站，落：担水坑

**營業時間：**需先預約

**聯絡資料：**wan\_family2012@yahoo.com.hk

**參考資料：**沙頭角鎔記面書專頁



## 玩

### 鏡蓉書屋

沙頭角上禾坑客家村

書屋建成於清初，乃當地李姓族人為向區內子弟提供教育而興建的私塾。建築簡單而實用，建築物只有兩進廳堂和閣樓，分別用作課室和宿舍。書屋呈長方形，外牆用青磚砌築，屋內用未經燒製的泥磚和夯土作間隔。



## 買

### 仁利餅家

粉嶺軍地102號

60年代開業，三代都是做唐餅，售賣皮蛋酥、鹹蛋酥等糕點。餅家用柴火烤餅，別具滋味，每年中秋前更有不少香港及海外人士專程到餅家選購月餅。

**交通資訊：**九巴78K上：上水/粉嶺鐵路站，落：軍地，過班馬線後再沿馬路前行約20米後往右望

**營業時間：**早上七時至晚上七時

**電話：**2674 0294

**參考資料：**仁利餅家網頁<http://www.yanleecake-shop.com/>



**交通資訊：**九巴78K上：上水/粉嶺鐵路站，落：塘肚  
**費用：**免費

**開放時間：**每日上午九時至下午一時及下午二時至五時  
星期二、聖誕日、聖誕翌日、元旦日及農曆新年初一至三休息

**資料來源：**古物古蹟辦事處

# 旅行手札

姚萊君 高級復康工作員

大家猜猜，這片一望無際的草原是那裡呢？答案是內蒙古。去年我跟朋友大夥兒到內蒙古旅遊，這是一個既開心又難忘的旅行經驗。內蒙古自治區，簡稱內蒙古，首府呼和浩特。開禧二年（1206年）成吉思汗建立了大蒙古國，54年之後元世祖忽必烈在中原建立了元朝。忽必烈遷都大都前的上都（開平城）就在今內蒙古的錫林郭勒盟正藍旗境內，多倫縣西北閃電河畔。

內蒙古絕大部分位於溫帶，從東北向西南跨一乾旱四個乾濕區，季風僅影響東南部邊緣的狹長地帶，主要為溫帶大陸性氣候。



是次去了不少的觀光點，其中「响沙灣」是一個展覽大型沙雕的地方，場內有很多大大小小的作品，衷心佩服創作者的心思和手藝。

旅行不外乎吃喝玩樂，夜晚可以參加營火晚會，讓我可以品嚐人生中首次的全羊宴，蒙古人性格熱情爽朗，就是全隻羊拿去灶烤，跟香港的烹飪方法完全不同，羊肉的香味令人回味無窮！這樣的體驗，你想試試嗎？



大家有無諗過我們的智能電話不單只是通訊設備，當中的應用程式(APPS)也漸漸成為我們生活一部分，只要運用得宜，APPS就能有助我們日常的生活。

正所謂「天有不測之風雲」，我們應該常常留意天氣，做好準備喔！為了更掌握天氣的實況，小編建議大家下載天文台的APPS，它是一個實用的免費應用程式，會跟據你的位置，提供相關的天氣實況和氣象預測。

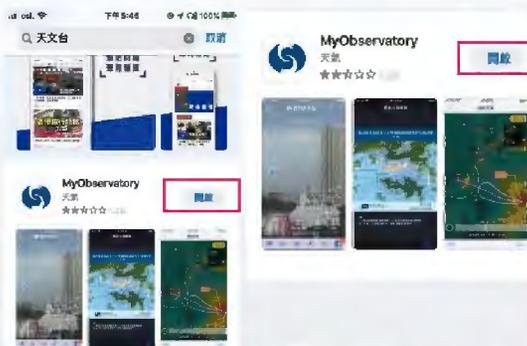
陳家傑 高級復康工作員

## 下載步驟：

### 1. 首先於APPS STORE內搜尋「天文台」



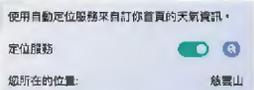
### 2. 選擇需要應用程式的圖案後，按下右方按鈕下載



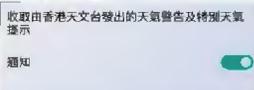
3. 打開APPS後，你需要揀選語言、定位位置、收取通知提示、通知設定、定點預報通知、顏色主題等各項設定，最後按完成。



### 1. 位置



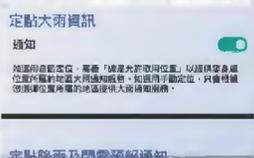
### 2. 通知



### 3. 通知設定



### 4. 定點預報通知



### 5. 顏色主題



### 6. 完成



如果你想知道未來九天的天氣，你可以按左手邊(三橫)揀選九天預報



當然，天文台APPS除了天氣報告外，還有不同的氣象資訊有待你慢慢探索，十分適合熱愛天文地理的你。仲等？你都快啲下載試吓啦！

下期預告：



# SQS 精明眼

- 原則三：對使用者的服務
- 所有服務單位應鑑定並滿足服務使用者的特定需要。

**標準 10** 服務單位確保服務使用者獲得清楚明確的資料，知道如何申請接受和退出服務。

## 10.1

服務單位備有讓服務使用者申請接受服務和退出服務的政策和程序，並可供服務使用者、職員及其他關注人士閱覽。

## 10.2

收納服務使用者的政策以一視同仁為原則，並清楚界定服務對象，以及收納優先次序的決定準則。

## 10.3

如服務單位拒收申請服務的人士，應向該申請人陳明拒收的原因，如情況適當，應將申請人轉介到另一適當的服務單位。

**標準 11** 服務單位運用有計劃的方法以評估和滿足服務使用者的需要（不論服務對象是個人、家庭、團體或社區）。

## 11.1

服務單位備有評估和滿足服務使用者需要的政策及程序，並可供服務使用者、職員及其他關注人士閱覽。

## 11.2

諮詢服務使用者、有關職員、服務使用者家屬或其他有關人員的意見；於適當時，在評估和規劃過程的各個階段採納這些意見。

## 11.3

服務單位須記錄服務使用者的需要評估及用以滿足這些需要的計劃。計劃所載事項包括目標、應採取的行動及完成或檢討計劃的時限。

## 11.4

定期更新服務使用者的記錄，以反映其情況的變化。

## 考考你

1. 標準 11 適用於個案服務。
2. 服務使用者可以閱覽接受服務和退出服務的政策和程序。

是	否
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



計劃理念：透過小組訓練，以多元化的教學模式，讓不同能力的心培學員，循序漸進地學習不同知識及技巧，達至全人成長。當中學員會分配為兩組，分別是活力班及動力班，亦為每位不同需要的學員設立個人目標計劃，以達至全人學習的需要。

舉行日期：2020年10月至12月

舉行時間：上午9:00至下午4:00

費用：每天\$34（包括午膳）

備註：須由本單位社工推薦，只接受本區會員申請

## 內容：

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午 9:00 - 10:00	<b>時事討論區及健體運動</b>				
上午 10:00 - 12:00	<b>社區探索</b> 了解社區規劃，認識社區中各種設施，加強於社區的生活技能	<b>工作技能</b> 就個人能力、技能及興趣作職前準備	<b>集體遊戲</b> 透過集體遊戲幫助會員放鬆心情，減輕壓力	<b>肌能感統</b> 透過舞蹈及健體操，增強身體肌能	<b>生活技能</b> 學習不同的生活技能，發掘潛能，提升自理能力
中午 12:00 - 下午 2:00	<b>午膳及社交康樂時間</b>				
下午 2:00 - 4:00	<b>藝術</b> 培養對藝術創作的興趣，發揮個人創作力及想像力	<b>社交</b> 學習與人相處的技巧，累積社交經驗，改善人際關係	<b>烹飪</b> 學習使用不同廚具及煮食技巧製作美食	<b>自我增值</b> 透過不同訓練，提升會員各方面的能力，更能獨立自主	<b>手工DIY</b> 透過製作工藝品，加強個人工作技能，提升自信
下午 4:00	<b>是日活動完結</b>				

## 01 樂韻悠揚顯真我

- 編號 : RDSC0002010LSG04-00  
 簡介 : 讓參加者體驗透過音樂與生活結合，學習表達自我。  
 對象 : 15歲或以上會員  
 名額 : 5人  
 日期 : 11/10/2020(日)  
 時間 : 11:00am-12:00noon  
 節數 : 1節  
 地點 : 活動室  
 費用 : 免費  
 負責人: 社工王勝武  
 備註 : 1. 適合對音樂有興趣的會員。  
 2. 曾參加及出席早前舉行的音樂小組之會員優先；如報名人數超過名額，將抽籤決定。  
 3. 參加者必須同意導師拍攝及攝錄活動過程作教育及推廣用途。

## 02 手作人

- 編號 : RDSC0002010LSG02-00  
 簡介 : 學習製作不同的布藝小飾物，成為布藝手作人。  
 對象 : 15歲或以上會員  
 名額 : 6人  
 日期 : 13/11-18/12/2020(逢五)  
 時間 : 4:30pm-6:00pm  
 節數 : 6節  
 地點 : 活動室  
 費用 : \$20  
 負責人: 導師劉慧  
 備註 : 如疫情影響未能舉行實體班，將改以視像進行，視像進行活動/小組為免費，但活動材料需要自備。

## 03 圓圈加一點

- 編號 : RDSC0002010LSG01-00  
 簡介 : 學習繪畫禪繞畫，以簡單線條學習繪畫不同圖案，過程中讓心境得以平靜，一支筆也可以畫出無限可能。  
 對象 : 15歲或以上會員  
 名額 : 6人  
 日期 : 13/10-1/12/2020 (逢二)  
 時間 : 4:30pm-5:30pm  
 節數 : 6節  
 地點 : 活動室  
 費用 : 免費  
 負責人: 導師劉慧  
 備註 : 如疫情影響未能舉行實體班，將改以視像進行，視像進行活動/小組為免費，但活動材料需要自備。

## 04 聲識相惜

- 編號 : RDSC0002010LSG05-00  
 簡介 : 參加者共同體驗創作迷你廣播劇，由構思、寫劇本、聲演一手合辦。參加者在過程中分享自己的心路歷程，製作屬於你們的廣播劇，增加人們對中風人士的認識  
 對象 : 15歲以上中風人士之會員  
 名額 : 7人  
 日期 : 22/10-10/12 (逢四)  
 時間 : 10:00am-12:00nn  
 節數 : 8節  
 地點 : 活動室  
 費用 : \$10  
 負責人: 社工呂明恩  
 備註 : 如疫情影響未能舉行實體班，將改以視像進行，視像進行活動/小組為免費，但活動材料需要自備。

## 05 迷你盆景DIY

- 編號 : RDSC0002010LSG03-00  
 簡介 : 近年興起玻璃盆景，將它放在家中，既起到綠化作用，間中欣賞還會令人心曠神怡。製作玻璃盆景手作十分簡單，加入不同公仔還可以創作出個人天地！  
 對象 : 15歲或以上自閉症會員  
 名額 : 6人  
 日期 : 17/10,31/10,21/11,28/11,5/12,12/12 (星期六)  
 時間 : 4:00pm-5:00pm  
 節數 : 6節  
 地點 : ADL房  
 費用 : \$100  
 負責人: 導師張秀怡  
 備註 : 費用包括所有材料及物資

## 06 乒乓學堂(10-12月份)

- 編號 : RDSC0002011LSG03-00  
 簡介 : 讓參加者對乒乓球有初步認識，學習基本技巧。  
 對象 : 10歲或以上會員  
 名額 : 6-12人  
 日期 : 4/11-9/12/2020(逢三)  
 時間 : 5:00pm-7:00pm  
 節數 : 6節  
 地點 : 康文署體育館  
 費用 : 免費  
 負責人: 導師張秀怡  
 備註 : 1) 活動由恆生乒乓球學院贊助  
 2) 由專業教練曾醒華先生教授  
 3) 上一季出席率達80%之會員優先報名

## 07 小手黏黏樂(動物篇)

- 編號 : RDSC0002011LSG06-00  
 簡介 : 在導師帶領下利用黏土製作小動物(小狗、兔子等)，除了為兒童帶來樂趣外，更幫助他們的小肌肉、手眼協調和發揮創意。  
 對象 : 8-15歲會員  
 名額 : 6人  
 日期 : 6/11-11/12/2020(逢五)  
 時間 : 4:30pm-6:00pm  
 節數 : 6節  
 地點 : 活動室  
 費用 : \$280  
 負責人: 導師張秀怡  
 備註 : 1) 由外聘手工藝導師教授  
 2) 費用包括所有材料及物資

## 08 跆拳道(10-12月份)

- 編號 : RDSC0002011LSG04-00  
 簡介 : 與朋輩共同學習跆拳道的基本技巧，以增加參加者的自信心，促進其體藝發展及傷健共融。  
 對象 : 12歲或以上會員  
 名額 : 14人  
 日期 : 7/11,21/11,28/11,5/12,12/12,19/12/2020(星期六)  
 時間 : 2:00pm-3:00pm  
 節數 : 6節  
 地點 : Drop in  
 費用 : \$260  
 負責人: 導師陸嘉善  
 備註 : 外聘導師，由「國際跆拳道香港總會」委派資深教練黑帶6段周鈺琪教授

## 09 齊來學習非洲鼓(18)

- 編號 : RDSC0002011LSG05-00  
 簡介 : 由外聘專業音樂導師教授打拍子的技巧及教授非洲鼓歌曲，讓學員學習非洲鼓。  
 對象 : 會員及其家屬  
 名額 : 7人  
 日期 : 7/11、21/11、28/11、5/12、19/12(星期六)  
 時間 : 3:00pm-4:30pm  
 節數 : 5節  
 地點 : 活動室  
 費用 : \$400  
 負責人: 導師陳百聰  
 備註 : 1) 由外聘專業音樂導師張志威教授  
 2) 上季出席率達80%之會員優先報名

## 10 彈出彈入立體咕

- 編號 : RDSC0002011LSG02-00  
 簡介 : 以簡單材料製作出立體萬用咕。  
 對象 : 15歲或以上會員  
 名額 : 6人  
 日期 : 11/11-16/12/2020 (逢三)  
 時間 : 4:30pm-5:30pm  
 節數 : 6節  
 地點 : 活動室  
 費用 : 免費  
 負責人: 導師劉慧  
 備註 : 如疫情影響未能舉行實體班，將改以視像進行，視像進行活動/小組為免費，但活動材料需要自備。

## 11 積木砌砌樂

- 編號 : RDSC0002011LSG01-00  
 簡介 : 挑戰用積木砌出不同形狀的高塔/建築。更可以發揮創意，創造自己的積木堡壘。  
 對象 : 6歲或以上會員  
 名額 : 6人  
 日期 : 11/11-16/12/2020(逢三)  
 時間 : 4:45pm-5:45pm  
 節數 : 6節  
 地點 : 活動室  
 費用 : \$20  
 負責人: 導師何蔚健  
 備註 : 如疫情影響未能舉行實體班，將改以視像進行，視像進行活動/小組為免費，但活動材料需要自備。

## 12 七手八腳 (10-12月)

- 編號 : RDSC0002010LSG06-00  
 簡介 : 凝聚肢體傷殘的朋友互相認識，建立支援網絡，並一同討論外出活動內容。  
 對象 : 12歲以上肢體傷殘之會員  
 名額 : 5人  
 日期 : 15/10/2020 (四), 11月及12月 待定  
 時間 : 15/10 : 10:30pm-3:00pm, 11月及12月 待定  
 節數 : 3節  
 地點 : 待定(由參加者共同商議)  
 費用 : \$160  
 (包括一名會員及一名家屬)  
 負責人: 導師陸嘉善  
 備註 : 1) 家屬可參與外出活動  
 2) 參加者需經社工評估資格  
 3) 如有需要可安排中心車到住所接送  
 4) 外出活動內容由小組組員共同商議

## 13 二零二零宿一燒

- 編號 : RDSC0002011LSG07-00  
 簡介 : 一眾好友一同到康文署宿營渡過愉快開心的兩日一夜。期間一同燒烤一同玩營地設施增進彼此友誼。  
 對象 : 12歲或以上會員  
 名額 : 18人  
 日期 : 14-15/11/2020(六及日)  
 時間 : 14/11中午至翌日2:00pm  
 節數 : 1節  
 地點 : 西貢戶外康樂中心  
 費用 : \$100  
 負責人: 社工陳浩兒、導師何蔚健及陸嘉善  
 備註 : 1) 費用已包3餐膳食費  
 2) 參加會員需懂基本自(洗澡及刷牙)

## 14 生日會暨聖誕大餐

- 編號 : RDSC0002012LSG01-00  
 簡介 : 參加者一同為10-12月生日會員及聖誕節慶祝。並一同開聖誕派對及食聖誕大餐。  
 對象 : 12歲或以上會員  
 名額 : 6人  
 日期 : 19/12/2020(六)  
 時間 : 4:30pm-7:30pm  
 節數 : 1節  
 地點 : Drop in  
 費用 : \$100  
 負責人: 導師張秀怡及劉慧  
 備註 : 10-12月生日會員優先報名及可獲額外生日小禮物

## 15 開心融樂組-義工小組

編號：RDSC0002010LSG09-00

簡介：有想過您也可以服務他人嗎？本小組希望招募有承擔、有責任感的會員成為義工，幫助社會上有需要人士，建立共融社會。內容包括義工培訓、協助籌備及舉行義工活動等。期望參加者可以從中學習社交技巧、培養責任心、領導才能等，發揮助人自助的精神。本季小組首6節為訓練及籌備工作，第7、8節為活動日。

對象：15歲或以上會員

名額：6人

日期：3/10-7/11/2020 (逢六)

時間：3:00pm-4:30pm

節數：6節

地點：中心/社區

費用：免費

負責人：導師劉慧

備註：曾參與開心融樂組之會員優先

## 16 小記者(1)

編號：RDSC0002010LSG08-00

簡介：組織會員成為小記者，定期落區視察，搜集區內所發生的各項事物，並學習將所得資訊製作成中心季刊內的社區遊誌，把地區及中心的訊息報導予會員及社區人士。

對象：15歲或以上會員

名額：6人

日期：3/10-7/11/2020(逢六)

時間：10:30am-12:00nn

節數：6節

地點：中心/社區

費用：免費

負責人：導師姚萊君

備註：1) 中心集合  
2) 如要外出收集資料，自備車費

## 17 社區關注組之 區議員幫到你

編號：RDSC0002012LSG02-00

簡介：在認識及了解社區上區議會及區議員的功能。更可了解如何能向自己區的區議員尋求協助。

對象：15歲或以上會員

名額：6人

日期：12/12/2020(六)

時間：10:30am-12:00nn

節數：1節

地點：活動室

費用：免費

負責人：導師劉慧

備註：如疫情影響未能舉行實體班，將改以視像進行，視像進行活動/小組為免費，但活動材料需要自備。

## 18 特能童軍招募之新興運動(A)

- 編號 : RDSC0002011LSG13-00  
 簡介 : 學習群體生活, 戶外活動體驗, 進行社區服務。  
 對象 : 11-15歲(童軍)及18-23歲(樂行童軍)  
 名額 : 7人  
 日期 : 7/11、21/11、28/11、5/12、19/12  
 時間 : 9:30am-11:00am  
 節數 : 5節  
 地點 : 活動室  
 費用 : \$50  
 負責人: 社工呂明恩, 導師張秀怡、陳百堅及何穎思  
 備註 : 1) 是季主題: 運動  
 2) 童軍招募需經由社工甄選

## 19 特能童軍招募之新興運動(B)

- 編號 : RDSC0002011LSG14-00  
 簡介 : 學習群體生活, 戶外活動體驗, 進行社區服務。  
 對象 : 11-15歲(童軍)及18-23歲(樂行童軍)  
 名額 : 7人  
 日期 : 7/11、21/11、28/11、5/12、19/12  
 時間 : 9:30am-11:00am  
 節數 : 5節  
 地點 : 活動室  
 費用 : \$50  
 負責人: 社工呂明恩, 導師張秀怡、陳百堅及何穎思  
 備註 : 1) 是季主題: 運動  
 2) 童軍招募需經由社工甄選

## 20 特能童軍之秋日遊蹤

- 編號 : RDSC0002011LSG10-00  
 簡介 : 在這秋高氣爽的日子, 讓童軍及家屬遊覽馬灣挪亞方洲, 並參與園內特定活動。藉以舒展筋骨, 感受秋日氣氛。  
 對象 : 特能童軍  
 名額 : 35人  
 日期 : 14/11/2020(星期六)  
 時間 : 9:00am-5:00pm  
 節數 : 1節  
 地點 : 馬灣挪亞方洲  
 費用 : \$20(包午餐及車費)  
 負責人: 社工呂明恩, 導師張秀怡、陳百堅及何穎思  
 備註 : 1) 需自備晴雨天用具  
 2) 必須穿著輕便服裝及運動鞋  
 3) 是次活動歡迎家長參與, 每位童軍可帶同2位家屬  
 4) 若人數不足, 活動可能取消

## 21 綜合技能訓練班

- 編號 : RDSC0002010LSG11-00  
 簡介 : 想體驗不同類型的工作? 這個訓練班會介紹不同行業的工作環境, 讓你學習不同職業的基本工作技巧, 包括侍應生、辦公室助理、清潔員及售貨員, 並學習待人接物的技巧, 為投身社會做好準備。  
 對象 : 15歲或以上會員  
 名額 : 6人  
 日期 : 12/10-7/12/2020 (逢一)  
 時間 : 10:30am-12:00nn  
 節數 : 8節  
 地點 : 活動室  
 費用 : \$20  
 負責人: 導師劉慧  
 備註 : -

## 22 生涯規劃小組

- 編號 : RDSC0002010LSG12-00  
 簡介 : 生涯規劃小組, 主要讓參加者學習為自己的人生打算, 明白怎樣尋找合適的學習、工作方向, 逐步實踐自己的夢想。小組形式包括:遊戲、短片、簡單職向測試及上堂等等。  
 對象 : 15歲或以上會員  
 名額 : 6人  
 日期 : 12/10-7/12/2020 (逢一)  
 時間 : 5-6PM  
 節數 : 8節  
 地點 : 活動室  
 費用 : \$20  
 負責人: 社工王勝武  
 備註 : -

## 靈性活動

## 23 欣悅團契-喜傳福音

- 編號 : RDSC0002011LSG08-00  
 簡介 : 透過學習報佳音詩歌, 識識基督教信仰, 藉著唱詩向他人傳遞福音。鼓勵會員分享日常生活、互相支持及代禱。  
 對象 : 15歲或以上會員  
 名額 : 6人  
 日期 : 5/11-24/12/2020 (逢四)  
 時間 : 4:30pm-5:45pm  
 節數 : 8節  
 地點 : 活動室  
 費用 : 免費  
 負責人: 導師劉慧  
 備註 : 如疫情影響未能舉行實體班, 將改以視像進行, 視像進行活動/小組為免費, 但活動材料需要自備。

## 24 香薰按一按

- 編號 : RDSC0002010LSG07-00  
 簡介 : 讓照顧者與會員認識香薰按摩油的種類，一同學習及體驗香薰按摩的技巧及好處。  
 對象 : 肢體傷殘會員及其照顧者  
 名額 : 3個家庭  
 日期 : 14/10-2/12/2020 (逢三)  
 時間 : 10:30am-11:30am  
 節數 : 6節  
 地點 : 活動室  
 費用 : \$60/家庭  
 負責人: 導師劉慧  
 備註 : 每個家庭只限一位照顧者陪同會員出席

## 25 親子圓圈畫

- 編號 : RDSC0002011LSG09-00  
 簡介 : 一同繪畫圓圈畫,享受創作過程。並藉此提升親子關係及培養藝術興趣  
 對象 : 會員及家長  
 名額 : 6人  
 日期 : 28/11、5/12及12/12/2020(六)  
 時間 : 2:30pm-4:00pm  
 節數 : 3節  
 地點 : Drop in  
 費用 : 每人\$20  
 負責人: 導師何蔚健及張秀怡  
 備註 : 1) 每位會員需由1-2名家長陪同  
 2) 如疫情影響將改以視像教學  
 如疫情影響未能舉行實體班，將改以視像進行，視像進行活動/小組為免費，但活動材料需要自備。

## 26 欣悅皂工房

- 編號 : RDSC0002010LSG10-00  
 簡介 : 做手工皂的樂趣在於可以在製作過程中選擇自己喜歡的油品，添加自己喜歡的素材，以及搭配自己喜歡的香氛，製成品既天然又薰香，好讓照顧者得以放鬆。  
 對象 : 會員之照顧者  
 名額 : 6人  
 日期 : 13/10 - 17/11 (逢二)  
 時間 : 10:00am-12:00nn  
 節數 : 6節  
 地點 : 活動室  
 費用 : \$120  
 負責人: 導師張秀怡  
 備註 : 費用已包括所有材料費

## 27 手機知多啲-ANDROID篇

- 編號 : RDSC0002011LSG12-00  
 簡介 : 各位家長們，對於自己的手提電話操作認識有幾多呢？透過同事的講解和互相分享使用的經驗，讓大家一齊成為手機達人吧！  
 對象 : 會員之照顧者  
 名額 : 6人  
 日期 : 20/11/2020 (四)  
 時間 : 10:00am-12:00nn  
 節數 : 1節  
 地點 : 活動室  
 費用 : 免費  
 負責人: 導師陳家傑  
 備註 : 1) 本活動只講解有關Android系統手提電話(HTC、三星Galaxy和LG)的基本操作，若是其他系統的手提電話，恕未能顧及。  
 2) 如疫情影響未能舉行實體班，將改以視像進行，視像進行活動/小組為免費，但活動材料需要自備。

## 28 私房點心DIY (1) 冰花爆汁煎餃

- 編號 : RDSC0002011LSG11-00  
簡介 : 喜歡吃一口酥脆多汁的煎餃嗎?  
快來花點心思, 做你的私房點心。  
對象 : 會員的照顧者  
名額 : 6人  
日期 : 24/11/2020(二)  
時間 : 10:00am-12:00nn  
節數 : 1節  
地點 : ADL房  
費用 : \$50/位  
負責人: 社工劉亮宜  
備註 : 參加者需自備食物盒。

## 29 私房點心DIY (2) 錦繡燒賣

- 編號 : RDSC0002012LSG03-00  
簡介 : 喜歡吃一口豐富多料的燒賣嗎?  
快來花點心思, 做你的私房點心。  
對象 : 會員的照顧者  
名額 : 6人  
日期 : 1/12/2020(二)  
時間 : 10:00am-12:00nn  
節數 : 1節  
地點 : ADL房  
費用 : \$50/位  
負責人: 社工劉亮宜  
備註 : 參加者需自備食物盒。

## 30 私房點心DIY (3) 上素粉果

- 編號 : RDSC0002012LSG04-00  
簡介 : 喜歡吃一口滿滿鮮蔬的粉果嗎?  
快來花點心思, 做你的私房點心。  
對象 : 會員的照顧者  
名額 : 6人  
日期 : 8/12/2020(二)  
時間 : 10:00am-12:00nn  
節數 : 1節  
地點 : ADL房  
費用 : \$50/位  
負責人: 社工劉亮宜  
備註 : 參加者需自備食物盒。

## 2020年10月活動時間表

Mon 星期一	Tue 星期二	Wed 星期三	Thu 星期四	Fri 星期五	Sat 星期六	Sun 星期日
			<b>1</b> 國慶日	<b>2</b> 中秋節翌日	小記者 (1) 10:30am-12:00nn 開心融樂組-義工小組 3:00pm-4:30pm <b>3</b>	<b>4</b>
<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	小記者 (1) 10:30am-12:00nn 開心融樂組-義工小組 3:00pm-4:30pm <b>10</b>	樂韻悠揚顯真我 11:00-am-12:00nn <b>11</b>
綜合技能訓練班 10:30am-12:00nn 生涯規劃小組 5:00pm-6:00pm <b>12</b>	欣悅皂工房 10:00am-12:00nn 圓圈加一點 4:30pm-5:30pm <b>13</b>	香薰按一按 10:30am-11:30am <b>14</b>	七手八腳 10:30am-3:00pm <b>15</b>	<b>16</b>	小記者 (1) 10:30am-12:00nn 開心融樂組-義工小組 3:00pm-4:30pm 迷你盆景DIY 4:00pm-5:00pm <b>17</b>	<b>18</b>
綜合技能訓練班 10:30am-12:00nn 生涯規劃小組 5:00pm-6:00pm <b>19</b>	欣悅皂工房 10:00am-12:00nn 圓圈加一點 4:30pm-5:30pm <b>20</b>	香薰按一按 10:30am-11:30am <b>21</b>	聲識相惜 10:00am-12:00nn <b>22</b>	<b>23</b>	小記者 (1) 10:30am-12:00nn 開心融樂組-義工小組 3:00pm-4:30pm <b>24</b>	<b>25</b> 重陽節
<b>26</b> 重陽節翌日	欣悅皂工房 10:00am-12:00nn 圓圈加一點 4:30pm-5:30pm <b>27</b>	香薰按一按 10:30am-11:30am <b>28</b>	聲識相惜 10:00am-12:00nn <b>29</b>	<b>30</b>	小記者 (1) 10:30am-12:00nn 開心融樂組-義工小組 3:00pm-4:30pm 迷你盆景DIY 4:00pm-5:00pm <b>31</b>	

# 2020年11月活動時間表

Mon 星期一	Tue 星期二	Wed 星期三	Thu 星期四	Fri 星期五	Sat 星期六	Sun 星期日
						1
綜合技能訓練班 10:30am-12:00nn 生涯規劃小組 5:00pm-6:00pm	欣悅皂工房 10:00am-12:00nn 團圓加一點 4:30pm-5:30pm	香薰按一按 10:30am-11:30am 乒乓球學堂 5:00pm-7:00pm	聲識相惜 10:00am-12:00nn 欣悅團契-喜傳福音 4:30pm-5:45pm	小手點點樂(動物篇) 4:30pm-6:00pm	踏風 2:00pm-3:00pm 齊來學習非洲鼓(18) 3:00pm-4:30pm 小记者(I) 10:30am-12:00nn 開心敲樂組 -義工小組 3:00pm-4:30pm 特能童軍招募之 新興運動(A) 9:30am-11:00am 特能童軍招募之 新興運動(B) 9:30am-11:00am	8
綜合技能訓練班 10:30am-12:00nn 生涯規劃小組 5:00pm-6:00pm	欣悅皂工房 10:00am-12:00nn 團圓加一點 4:30pm-5:30pm	香薰按一按 10:30am-11:30am 彈出彈入立體咭 4:30pm-5:30pm 積木砌砌樂 4:45pm-5:45pm 乒乓球學堂 5:00pm-7:00pm	聲識相惜 10:00am-12:00nn 欣悅團契-喜傳福音 4:30pm-5:45pm	手作人 4:30pm- 6:00pm 小手點點樂(動物篇) 4:30pm-6:00pm	二零二零宿一晚 14/11中午至 翌日2:00pm 特能童軍之秋日遊蹤 9:00am- 5:00pm	15
綜合技能訓練班 10:30am-12:00nn 生涯規劃小組 5:00pm-6:00pm	欣悅皂工房 10:00am-12:00nn 團圓加一點 4:30pm-5:30pm	香薰按一按 10:30am-11:30am 彈出彈入立體咭 4:30pm-5:30pm 積木砌砌樂 4:45pm-5:45pm 乒乓球學堂 5:00pm-7:00pm	聲識相惜 10:00am-12:00nn 欣悅團契-喜傳福音 4:30pm-5:45pm	手機知多啲-Android篇 10:00am-12:00nn 手作人 4:30pm- 6:00pm 小手點點樂(動物篇) 4:30pm-6:00pm	踏風 2:00pm-3:00pm 齊來學習非洲鼓(18) 3:00pm-4:30pm 迷你盆景DIY 4:00pm-5:00pm 特能童軍招 募之新興運動(A) 9:30am-11:00am 特能童軍招 募之新興運動(B) 9:30am-11:00am	22
綜合技能訓練班 10:30am-12:00nn 生涯規劃小組 5:00pm-6:00pm	團圓加一點 4:30pm-5:30pm 私房點心DIY(I) 冰花爆汁煎餃 10:00am-12:00nn	香薰按一按 10:30am-11:30am 彈出彈入立體咭 4:30pm-5:30pm 積木砌砌樂 4:45pm-5:45pm 乒乓球學堂 5:00pm-7:00pm	聲識相惜 10:00am-12:00nn 欣悅團契-喜傳福音 4:30pm-5:45pm	手作人 4:30pm- 6:00pm 小手點點樂(動物篇) 4:30pm-6:00pm	踏風 2:00pm-3:00pm 齊來學習非洲鼓(18) 3:00pm-4:30pm 迷你盆景DIY 4:00pm-5:00pm 親子團圓畫 2:30pm-4:00pm 特能童軍招募之 新興運動(A) 9:30am-11:00am 特能童軍招募之 新興運動(B) 9:30am-11:00am	29
綜合技能訓練班 10:30am-12:00nn 生涯規劃小組 5:00pm-6:00pm						
23 30 綜合技能訓練班 10:30am-12:00nn 生涯規劃小組 5:00pm-6:00pm						

## 2020年12月活動時間表

Mon 星期一	Tue 星期二	Wed 星期三	Thu 星期四	Fri 星期五	Sat 星期六	Sun 星期日
	私房點心DIY(2)錦繡燒賣 10:00am-12:00nn 圓圓加一點 4:30pm-6:30pm	香薰按一下 10:30am-11:30am 積木砌砌樂 4:45pm-5:45pm 彈出彈入立體咭 4:30pm-5:30pm 乒乓學堂 5:00pm-7:00pm	聲識相惜 10:00am-12:00nn 欣悅團契-喜傳福音 4:30pm-5:45pm	手作人 4:30pm- 6:00pm 小手黏黏樂(動物篇) 4:30pm-6:00pm	跆拳道 2:00pm-3:00pm 齊來學習非洲鼓(18) 3:00pm-4:30pm 迷你盆景DIY 4:00pm-5:00pm 親子圍圍畫 2:30pm-4:00pm	特能童軍招募之 新興運動(A) 9:30am-11:00am 特能童軍招募之 新興運動(B) 9:30am-11:00am
綜合技能訓練班 10:30am-12:00nn 生涯規劃小組 5:00pm-6:00pm	私房點心DIY(3)上素粉果 10:00am-12:00nn	積木砌砌樂 4:45pm-5:45pm 彈出彈入立體咭 4:30pm-5:30pm 乒乓學堂 5:00pm-7:00pm	聲識相惜 10:00am-12:00nn 欣悅團契-喜傳福音 4:30pm-5:45pm	手作人 4:30pm- 6:00pm 小手黏黏樂(動物篇) 4:30pm-6:00pm	社區關注組之 區議員幫到你 10:30am-12:00nn 跆拳道 2:00pm-3:00pm 親子圍圍畫 2:30pm-4:00pm 迷你盆景DIY 4:00pm-5:00pm	
14	15	積木砌砌樂 4:45pm-5:45pm 彈出彈入立體咭 4:30pm-5:30pm	欣悅團契-喜傳福音 4:30pm-5:45pm	手作人 4:30pm- 6:00pm	跆拳道 2:00pm-3:00pm 齊來學習非洲鼓(18) 3:00pm-4:30pm 生日會暨聖誕大餐 4:30pm-7:30pm 特能童軍招募之 新興運動(A) 9:30am-11:00am	特能童軍招募之 新興運動(B) 9:30am-11:00am
21	22	23	欣悅團契-喜傳福音 4:30pm-5:45pm	25 聖誕節	26 聖誕節翌日	27
28	29	30	31			

# 接收 WhatsApp 廣播傳輸訊息同意書



為更有效傳遞活動資訊，本中心現已優化活動訊息的傳遞流程，採用 WhatsApp 廣播傳輸功能，發放活動的宣傳資訊。注意事項如下：

1. 系統訊息為單向的發放訊息，並不提供回覆服務，所有查詢及報名事宜，仍需致電 2191 3138 與當值同事聯絡。
2. 以廣播群組模式發放訊息，閣下所提供的電話號碼將受到保密，其他訊息接收者並不會看到閣下的個人資料。
3. 必須先儲存本中心 WhatsApp 廣播傳輸電話號碼到閣下的聯絡人列表中，才能接收中心發出的 WhatsApp 廣播訊息。
4. 若閣下日後拒絕再接收有關訊息，可致電 2191 3138 聯絡當值社工處理。

若閣下有興趣及願意以 WhatsApp 廣播傳輸途徑接收中心發放的活動訊息及資訊，請填妥此同意書回條，並交回中心處理（可親身、傳真：2304 4029 及郵寄：九龍觀塘福塘道 4 號啟能綜合康復服務大樓 8 樓遞交）。

本中心 WhatsApp 廣播傳輸電話號碼：+852 5245 2096

## 活動宣傳 - 接收 WhatsApp 廣播傳輸訊息同意書回條

本人 \_\_\_\_\_ (會員姓名)

【如適用：及本人 \_\_\_\_\_ (家屬姓名)

為會員 \_\_\_\_\_ (會員姓名) 之家長 / 監護人】：

\* 同意以 WhatsApp 廣播傳輸途徑，接收中心發放的活動訊息及資訊，可接收 WhatsApp 訊息之電話號碼為：

(1) \_\_\_\_\_ (關係：\_\_\_\_\_);  已於電話加入 5245 2096 為聯絡人

(2) \_\_\_\_\_ (關係：\_\_\_\_\_);  已於電話加入 5245 2096 為聯絡人

\* 不同意以 WhatsApp 廣播傳輸途徑，接收中心發放的活動訊息及資訊。

( \* 合適者請✓ )

會員簽名：\_\_\_\_\_ 家長 / 監護人簽名：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_

\* 如已交此表格者不用填寫

# 惡劣天氣應變安排

颱風/暴雨 警告訊號	室內小組 / 活動 (於中心內舉行)	室內小組 / 活動 (於中心外舉行)	戶外小組 / 活動	中心車 服務
8號或以上風球 ▲8▼8▲8▼8▲9+10 <small>HW西北 SW西南 NE東北 SE東南</small>	✗	✗	✗	✗
▲3 3號風球	✗	✗	✗	✗▲
T1 1號風球	✓	✓	✱	✓
☁️ 黑色暴雨 Black 黑	✗	✗	✗	✗
☔️ 紅色暴雨 Red 紅	✗	✗	✗	✗
☀️ 黃色暴雨 Amber 黃	✓	✓	✱	✓
⚡️ 雷暴警告 Thunder	✓	✓	✱	✓

✓ : 如常進行   ✗ : 取消或延期   ✱ : 視乎當日天氣及小組/活動類型而定; 職員會盡快通知有關安排。

▲ : 如各會員乘搭中心車回中心後, 天文台才懸掛3號風球, 中心會盡快聯絡家長, 安排由中心車即時接送會員回家。

備註:

- 上述乃一般之安排。如果小組/活動開始之前, 天文台資料顯示, 天氣將於短時間內轉壞, 或當小組/活動進行期間, 天氣轉為惡劣, 中心服務經理會視乎情況, 決定有關小組或活動取消或延期。
- 取消的小組課堂及單次性活動將按個別情況處理, 不便之處, 敬請原諒!
- 家長或會員可視乎實際情況決定會員是否返回中心/繼續參與活動。
- 歡迎家長或會員致電中心查詢, 電話 2191 3138; 本中心對以上安排保留最終決定權。

## 活動報名表

1. 本人 \_\_\_\_\_ (會員姓名) 及 \_\_\_\_\_ (家屬姓名) (如適用) 已閱讀並明白報名須知, 同意遵守所列守則。

2. 本人 \* 同意 / 不同意 使用活動照片作 \* 季刊 / 年報 / 機構FACEBOOK 刊登之用。  
( \* 請刪除不適用選項)

個別活動存在風險, 請自行評估個人情況而決定是否適合參與。

申請人簽署: \_\_\_\_\_ 居住: 本區  非本區

家長簽署 (如適用): \_\_\_\_\_ 日期: \_\_\_\_\_

請於報名的活動加

興趣活動	
<input type="checkbox"/> 免費	樂韻悠揚顯真我
<input type="checkbox"/> \$20	手作人
<input type="checkbox"/> 免費	圓圈加一點
<input type="checkbox"/> \$10	聲識相惜
<input type="checkbox"/> \$100	迷你盆景DIY
<input type="checkbox"/> 免費	乒乓樂堂(10-12月份)
<input type="checkbox"/> \$280	小手黏黏樂(動物篇)
<input type="checkbox"/> \$260	胎風(10-12月份)
<input type="checkbox"/> \$400	齊來學習非洲鼓(18)
<input type="checkbox"/> 免費	彈出彈入立體咕
<input type="checkbox"/> 免費	積木砌砌樂

社交活動	
<input type="checkbox"/> \$160	七手八腳(10-12月) <small>(包括一名會員及一名家屬)</small>
<input type="checkbox"/> \$100	二零二零宿一燒
<input type="checkbox"/> \$100	生日會暨聖誕大餐

社區活動	
<input type="checkbox"/> 免費	開心融樂組-義工小組
<input type="checkbox"/> 免費	小记者(1)
<input type="checkbox"/> 免費	社區關注組之區議員幫到你

童軍活動	
<input type="checkbox"/> \$50	特能童軍之新興運動(A)
<input type="checkbox"/> \$50	特能童軍之新興運動(B)
<input type="checkbox"/> 每位\$20 <small>(包括午餐及車費)</small>	特能童軍之秋日遊蹤

就業活動	
<input type="checkbox"/> \$20	生涯規劃小組
<input type="checkbox"/> \$20	綜合技能訓練班

靈性活動	
<input type="checkbox"/> 免費	欣悅團契 -喜傳福音

親子活動	
<input type="checkbox"/> \$60/家庭	香薰按一下
<input type="checkbox"/> 每位\$20	親子圓圈畫

家長小組及活動	
<input type="checkbox"/> \$120	欣悅皂工房
<input type="checkbox"/> 免費	手機知多啲-ANDROID篇
<input type="checkbox"/> \$50	私房點心DIY(1)冰花爆汁煎餃
<input type="checkbox"/> \$50	私房點心DIY(2)錦繡燒賣
<input type="checkbox"/> \$50	私房點心DIY(3)上素粉果

# 活動報名須知

## 「活動報名程序」(「2019 冠狀病毒」下之特別安排)

**報名：由 9 月 11 日至 9 月 17 日 6:00pm 報名 (郵寄以郵戳的日期為準)**

- (1) 因應「2019 冠狀病毒病」影響，是次報名中心不會接受會員 / 家長親臨中心報名，敬請留意。  
會員 / 家長可透過傳真報名表至 2304-4029 或 Whatsapp 至 5245-2096 (需要整張活動報名表連簽署，資料不齊，恕不受理。) 或郵寄至九龍觀塘塘福道 4 號啟能綜合康復服務大樓 8 樓欣悅坊收 (信封面請註明活動報名表)。
- (2) 選報之活動數量不限，敬請留意活動有否撞期。
- (3) 本區及非本區同步進行。



### 抽籤日：9 月 22 日

- (1) 活動名額本區會員 / 家長優先抽籤，如有餘額則予非本區會員 / 家長抽籤。
- (2) 因應疫情，不會開放讓會員 / 家長監票。會安排職員進行監票工作。



### 公佈參加者名單：9 月 24 日

- (1) 會員 / 家長請主動致電中心查詢，中心不會個別通知會員 / 家屬。活動報名落空者，會成為後備名單，如果有會員 / 家屬退出，則會由後備名單再抽籤補上。



### 公開報名：9 月 25 日 9:00AM 開始

- (1) 有興趣參與活動的會員 / 家長可於 9 月 18 日 9:00AM 致電 2191-3138 查詢活動餘額，會員 / 家長可透過傳真報名表至 2304-4029 或 Whatsapp 至 5245-2096 (需要整張活動報名表連簽署，資料不齊，恕不受理。) 報仍有餘額之活動，餘額先到先得。



### 中籤者繳費安排

- (1) 是次活動中籤者暫不需要繳交費用，繳費安排將個別再通知。
- (2) 繳費形式：見備註\*。

備註：活動日期及安排會因應疫情狀況而有所調節，中心職員稍後會與已報名的參加者及家屬聯絡。

#### \* 繳費形式

1. 親臨繳交現金
2. 親臨或郵寄劃線支票  
(抬頭：基督教家庭服務中心)
3. 銀行過數  
(匯豐銀行：030-001-580-001)  
並傳真入數紙至 2304 4029  
(須註明參加之活動名稱及會員姓名)

#### 注意事項

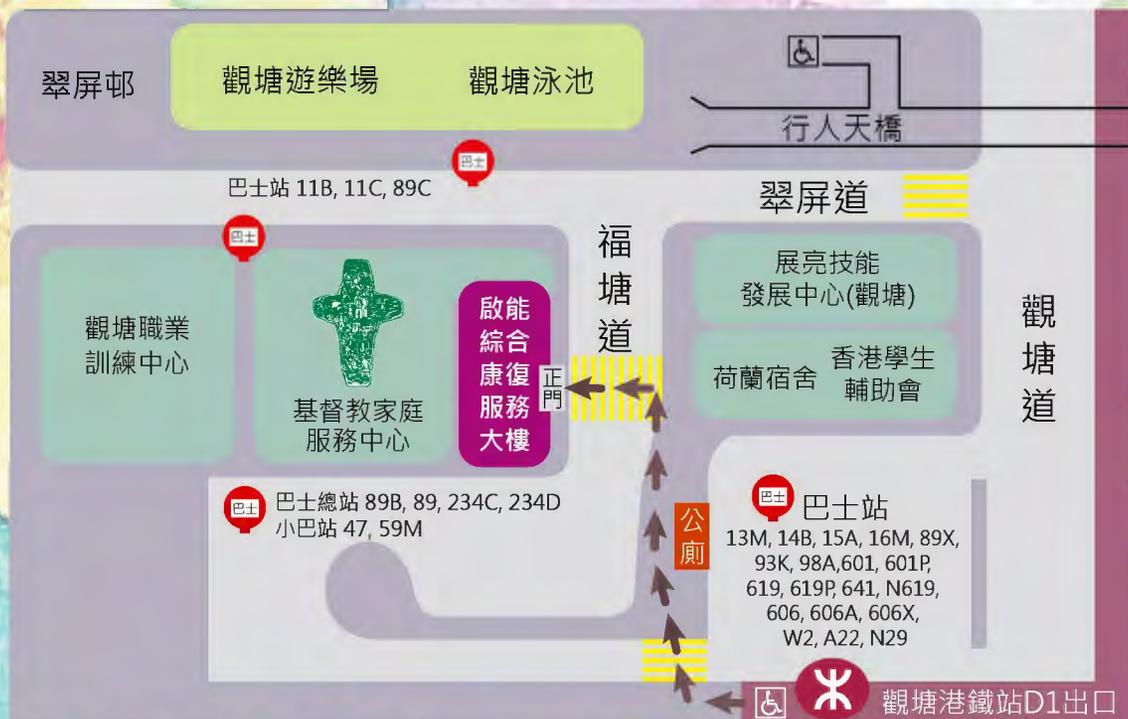
1. 一般情況下，活動一經報名則不得退款或轉讓他人。
2. 本中心將視乎個別參加者之狀況，決定是否取錄個別報名申請。
3. 低收入家庭可向社工申請減免費用。
4. 如因個人理由未能參與已付款之活動，所繳交的費用將不獲退還。
5. 已報名者需按時出席，除非活動有所變更，否則不作另行通知。
6. 本中心保留上述「活動報名程序」之最終決定權。
7. 傳真資料到中心後，敬請致電聯絡中心職員確實資料已收妥。



## 基督教家庭服務中心 欣悅坊－地區支援中心(觀塘東)

地址 : 觀塘福塘道4號啟能綜合康復服務大樓8樓  
 電話 : 2191 3138  
 傳真 : 2304 4029

網頁 : [www.cfsc.org.hk](http://www.cfsc.org.hk)  
 電郵 : [cheerfulplace@cfsc.org.hk](mailto:cheerfulplace@cfsc.org.hk)  
 開放時間 : 星期一至六 上午9:00 - 下午6:00  
 (星期日及公眾假期休息)



督印人 : 林佩儀  
 編輯委員會 : 劉亮宜、王勝武、姚萊君、  
 何穎思、徐朗昕  
 數量 : 800份  
 出版日期 : 2020年10月



香港公益金會員機構  
 Member Agency of The Community Chest



香港社會服務聯會  
 The Hong Kong Council of Social Service